CĂRTICICA NOASTRĂ

Carte, spune-mi, rog frumos
Cum pot creşte sănătos
Mare, zdravăn şi voios ?







EDITURA MEDICALĂ
BUCUREŞTI

Bine-au mai dormit azi-noapte,
Și mai cîte n-au visat!
Sună ceasul ora șapte,

Cucurigu! Jos din pat!
Asta-i ora de sculare,
O cunoaște fiecare.



S-au sculat, și-acum vedeți-i,
Fac gimnastică băieții.
A venit la-nviorare
Și ariciul somnoros —
Vrea și el să crească mare
Și să fie mai voios.
A venit și-un fluturaș
Numai în pantalonaș.



Ciupercuța îi ascultă
Și în pumni le toarnă, rîu,
Apă rece, cît mai multă,
Să se spele pîn-la brîu.

Să te speli cu apă rece
Pîn-la brîu, și cu săpun,
Sănătate-i și plăcere,
Țineți minte ce vă spun!



Cum i-au învățat părinții,
Bine e să-și spele dinții.
Surioara ciupercuță
Le toarnă apă-n ceșcuță.

Au și pastă, au și perii
Și frumos se spală-acuma.
Iepurașul, cum se vede,
Are dinții albi ca spuma.



Şi nu li-i de loc urît
Să se spele apoi pe gît,
Şi nu li-i de loc necaz
Să se spele pe obraz.
Îşi duc palmele perechi
Şi pe ochi şi pe urechi.
Nasul, cîtu-i el de nas,
Nespălat tot n-a rămas.



Doi băieți,
Două prosoape.
Cum vedeți,
Le au aproape.
Fiecare
Are-n cui
Pus la loc
Prosopul lui.





Știu ei singuri să-se-mbrace
Și de mult au învățat.
Ursulețului îi place
Mai ales la încălțat.
Au hăinuțele curate
De cu seară așezate
Cum se cade, fiecare,
Nu zvîrlite la-ntîmplare.

Ora opt! Copii, la masă!
I-a chemat măicuța-n casă.
Fluturașul le aduce
Unt și cafeluță dulce.
După-atîta-nviorare
Și spă'at cu apă rece,
Au o poftă de mîncare
Copilașii mei, cît zece!



A venit mașina, uite,
Ca să-i ia la grădiniță.
Fug să se așeze iute
Lîng-un pui de veveriță.
Iese-n poartă și măicuța,
O ce bucurie mare!
După gît le-a pus gentuța
Cu pachetul de mîncare.



Cum se vede, fiecare
Se oprește la intrare
De-s băieți, ori de sînt fete,
Să se curețe pe ghete—
Copilașii-și dau silința
Să se șteargă pe picioare,
Că-i curață grădinița
Și-are preșuri și covoare.



Iar apoi la dezbrăcare
Poate, pentru că-i mai mare,
Ursulețul
Și-a pus primul șorțulețul.
Iepurașul
Își atîrnă umerașul,
Veverița
Își pune frumos rochița.
— Tu, ariciule, nu-ți pui
Umerașul sus în cui?



Șorțulețe albăstrele,
Ce frumos le stă cu ele!
Acum stau cuminți și-nvață
Cum să se spele pe față.
— Ia te uită-un ursuleț
Cum se spală, îl vedeți?
Parc-ar fi acel de-aici,
Zice puiul de arici.





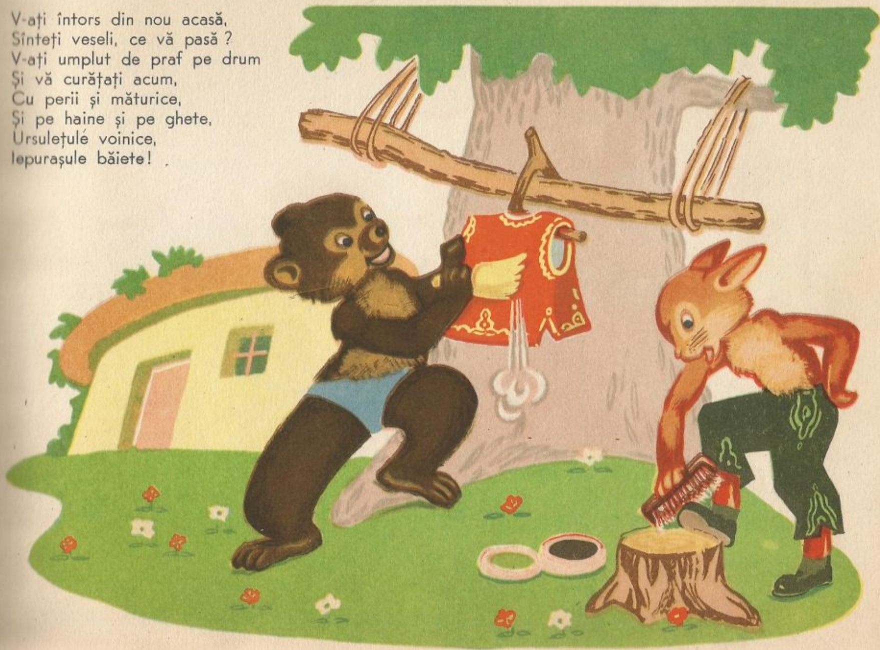


Poftă bună! Ceasu-i zece!
V-ați spălat cu apă rece
După cum ați învățat?
— Ne-am spălat! Da! Ne-am spălat!
Pachețelul cu mîncare
Dinaintea lui îl are
Și mănîncă fiecare.
— Poftă bună! Poftă mare!

Unui pui de vrăbiuță,
Veverița îi arată
Cum să facă-o periuță.
Periuță-adevărată!
Cum se vede, masa-i plină
De bețe din plastilină —
Și acum, ca la-nceput,
Toți copiii au făcut
Fel și fel de periuțe
Și mai mari, și mai micuțe.



V-ați întors din nou acasă,
Sînteți veseli, ce vă pasă?
V-ați umplut de praf pe drum
Și vă curățați acum,
Cu perii și măturice,
Și pe haine și pe ghete,
Ursulețule voinice,
Iepurașule băiete!



Cu atîta drum și joacă
A trecut de mult dejunul
Și numai deodată, iaca
Sună ceasul ora unu!
— Hai la masă băiețele!
Te-ai spălat pe mîini? — Spălat!
Și la gît au șervețele,
Și se-apucă de mîncat...



Ora două după-amiază,
Dorm copiii și visează
În pătucurile lor.
Să le spunem, somn ușor!



Și-apoi iară
Tot afară,
Tot la joacă
Pîn-deseară
Cum vedeți și voi aici,
Cu cojocul lui în spate
Puișorul de arici
A fugit de nu mai poate.



Trotineta, ce ușoară!
Iepurașul parcă zboară!
Numai veverița sus
Ar avea ceva de spus.
Spune veveriță, cine
Știe alerga mai bine?
O fi poate melcul care
Fuge cu casa-n spinare?





Puișorul ursuleț
Pune mîna pe hîrleț,
Și de tatăl lui aproape
Vrea să-nvețe cum să sape.
Într-un strat va pune ceapă
Iar în altul, știe el,
Numai bine o să-ncapă
Două foi de pătrunjel!

Și întorși acum în casă
Fiecare își așează
Jucăriile la loc:
Mingea stă lîngă boboc,
Cuburile-n cărucior,
Toate stau la locul lor!
Rînduiala ei o știe
Fiecare jucărie.



Frățioare, la mîncare
Stai cu mîinile murdare?
Doar nu ești un papă lapte!
Spală-ți mîinile și nasul,
Să mîncăm, căci uite, ceasul,
Bate ora șapte.



După cină,
Periuța,
Lighenușul,
Și ceșcuța,
Copilașii mei
Cuminți
Să se spele-ntîi
Pe dinți.



Și-apoi iarăși
La spălare
Înainte de culcare!
Și pe brațe,
Și pe față
Cum făcură-azi-dimineață.



Dar e vremea să se spele
Picioruşele şi ele.
În lighean cu apă rece
Oboseala iute trece —
Şi spălate cu clăbuc
Ce frumos se duce praful!
Doar le-aşteaptă în pătuc
Plăpumioara şi cearşaful.

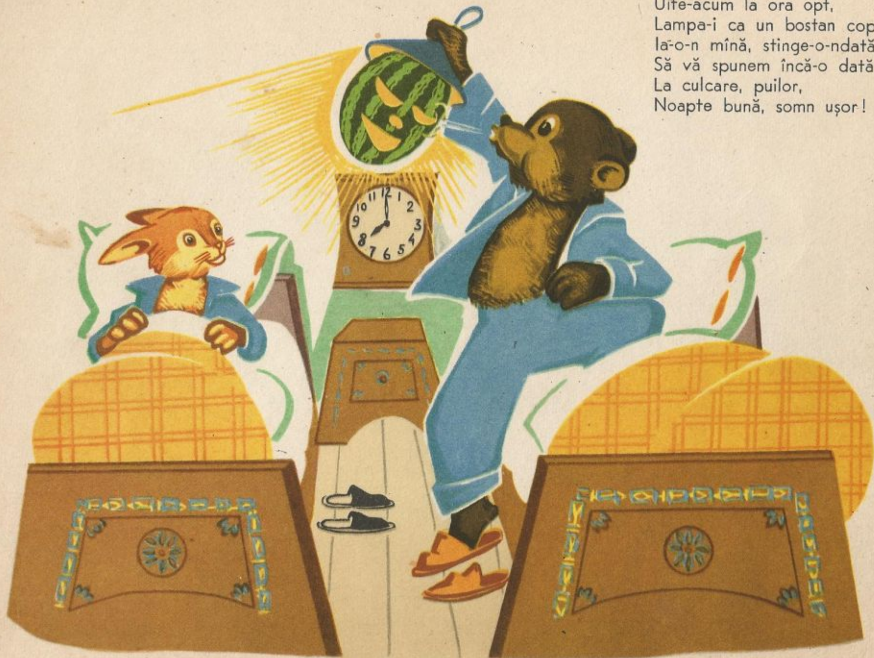


Apa-n vană-i prea fierbinte,
Iepuraș mai stăi pe loc,
Fii cuminte,
Și să nu mai pui pe foc!
Cît îi place, cît se laie,
Ursulețul meu în baie!
Uite-l cum se zbenguiește
Și se scaldă, ca un pește!



Ursulețul și-a luat
Pijamaua lui curată.
Iepurașul, lîngă pat,
E-mbrăcat și el îndată.
Paturile sînt făcute,
Să se culce cît mai iute.





Uite-acum la ora opt,
Lampa-i ca un bostan copt.
Ia-o-n mînă, stinge-o-ndată,
Să vă spunem încă-o dată
La culcare, puilor,
Noapte bună, somn ușor!

Cartea cu copii frumoşi
N-are ochii somnoroşi.
Dorm bobocii ei acum,
Cartea însă-i tot pe drum.
O vedeţi ? Chemaţi-o-n casă

Şi deschideţi-o pe masă,
Cum deschideţi orice carte,
Şi citiţi-o mai departe.
Cu-ntîmplări şi cu poveţe
Lucruri noi vrea să vă-nveţe.

Ieri, micuţa mea fetiţă
N-a mai mers la grădiniţă,
Fiindcă-a prins-o boala-n pripă,
O răceală, ori o gripă ?
Spune cartea mea frumoasă
Cum s-o facem sănătoasă ?

Mergi din cînd în cînd la doctor
Să te vadă, să te-asculte!
Ești micuț și n-ai habar,
Numai doctorul cunoaște
De ai gripă, ori pojar.



Cîte kilograme are
Iepurașul, poți să-mi spui?
Ursulețul stă deoparte
Așteptîndu-și rîndul lui.



Spune-ne de cîte ori
Vii aici să te măsori,
Ursulețule cöpile
De cinci ani și două zile,
Vrei să vezi cît ai crescut
În anul care-a trecut?



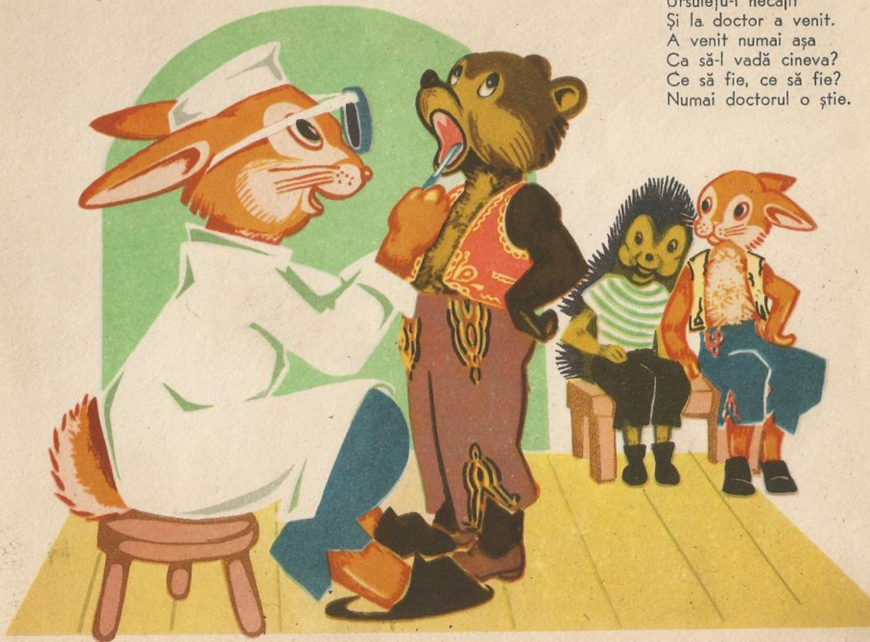
Iepurașule vecine,
Te vaccinăm și pe tine?
Vino-ncoace și așteaptă
Pregătit la mîna dreaptă.
Nu te teme, știm noi, lasă!
Ești voinic și nici nu-ți pasă.





De trei zile nu îndură
Iepurașul meu în gură
Nici răceală, nici căldură
Și de-aceea-i tare trist!
Ca să-i treacă toate cele,
Și necazuri și belele,
A venit frumos cu ele
Pîn-la medicul dentist.

Ursulețu-i necăjit
Și la doctor a venit.
A venit numai așa
Ca să-l vadă cineva?
Ce să fie, ce să fie?
Numai doctorul o știe.





Ș-a îmbolnăvit fetița
Mătușicăi veverița.
Nu putem intra în casă
Pîn-s-o face sănătoasă...

Ursulețul a rămas
Cu batista lui la nas.
Îl apucă-n tot minutul
Cînd tușitul, cînd strănutul.



Uite-aici, cei doi arici,
Cum i-a învățat măicuța,
Știu să țină-n mîini, de mici
Pieptănul și periuța.
Toată ziua, dura-dura,
Și-au stricat pieptănătura,
Iar acuma, dragii mei,
Se piaptănă singurei.





O fetiță pisicuță
A luat o forfecuță
Să-și taie ghearele lungi
Pe care le ține-n pungi.
Un pisoi vrea să ne-arate
Că-i plac labele curate.
Îi vedeți pe mititei?
Faceți și voi ce fac ei!



Ursulețul cu papuci
Se clătește de clăbuci.
Și clăbucii-abia încap
Cînd se spală el pe cap.
De ce oare? Știi să-mi spui?
Cred că toți ați înțeles —
Asta e plăcerea lui,
Să se spele cît mai des.

O, de mult ar fi mîncate
Fructele, dar nu-s spălate!
Fie fruct, fie verdeață,
Sînt aduse de la piață
Și nu uită să le spele
De tot praful de pe ele.



Fiecare, cum vă spui,
Bea doar din ceșcuța lui.
Pînă și ariciul vine
Să spună că-așa e bine.



Uite-i, care mai de care,
Şi la munte, şi la mare,
Astăzi pleacă-n colonie,
Bucurie, Bucurie!



Ţine umbră ciupercuţa,
Marea te dă huţa-huţa
Şi pe plajă nu e chip
Să te joci cu lopăţica;
Şi să nu faci, atîtica:
O căsuţă de nisip!



Veveriță, văd că poți
Și fără colac să-noți,
Ursulețul la hîrjoană
Parc-ar fi acasă-n vană!
Stă ariciul pe colac
Ca pe tavă un cozonac.
Numai iepurașu-nvață
Să țină colacu-n brață!



Iar acum întorși acasă,
Tot cu dorul după mare,
Îi vedeți ce ploaie deasă
Și-au făcut cu-o stropitoare?



Ursulețul n-a uitat
Cum sînt munții la urcat.
Iepurașul, după mare,
E mai tare și mai mare!
Nici ariciul nu se lasă
Iarba-i pare ca mătasă!
Și cu săculețu-n spate
Urcă piscurile toate!

